

Eet Mee Gids

Alles wat je moet weten voor een geslaagd etentje



Eet Mee!



- Hoe organiseer je een etentje?
- Leuke gesprekstips
- Wat zal ik koken?
- Hoe word ik de ideale gast?
- Veelgestelde vragen
- Meedoen in 10 stappen



Welkom bij Eet Mee!

Wie zijn wij

Bij Eet Mee draait alles om verbinden door eten! Sinds 2009 brengen we mensen samen rond de eettafel voor gezellige, huiselijke etentjes. Waar anders dan hier ontstaan de mooiste gesprekken en vriendschappen?

Als stichting zonder winst-oogmerk zetten we alles op alles om onze missie waar te maken. Dat doen we met een flinke dosis enthousiasme, de steun van subsidies, donaties en natuurlijk onze geweldige deelnemers.

Leuk dat je erbij bent! We kunnen niet wachten om voor jou mooie etentjes mogelijk te maken.

Wist je dat Eet Mee...

- ... is gestart als 'Bij Utrechters Aan Tafel'?
- ... de eerste matches handmatig gemaakt werden?
- ... verschillende prijzen en nominaties heeft ontvangen?
- ... aan de basis staat van een fietsclubje en nieuwe klanten voor een boekhouder tot zelfs vriendschappen en vakantie naar Frankrijk?



In een notendop



1 Kies jouw eetmoment

Organiseer je etentje op een dag waarop je voldoende tijd beschikbaar hebt. Zodat je niet op het laatste moment loopt te stressen om alles af te krijgen, je leuk aan te kleden of op tijd te zijn. Loopt je agenda snel vol? Plan dan alvast meer etentjes in. Als eetadres maak je heel veel gasten blij,

Lees hoe jij in het platform je etentje organiseert of als gast aanschuift vanaf blz. 12.

2 Voorbereiding

Het is bijna zover: het menu is bedacht en de details zijn besproken. Bekijk in je account nog even de korte bio van je tafelgenoten. Misschien ontdek je aanknopingspunten om over te kletsen.

3 Samen aan tafel!

Een beetje spannend? Dat mag best! Maar zodra het eten op tafel staat, verdwijnt de spanning snel. Deel verhalen, lach en geniet van heerlijk eten en goed gezelschap. Voor meer tips en inspiratie kun je verderop in deze gids terecht. Eet smakelijk en veel plezier!





Al meer dan
13.000 matches
via Eet Mee

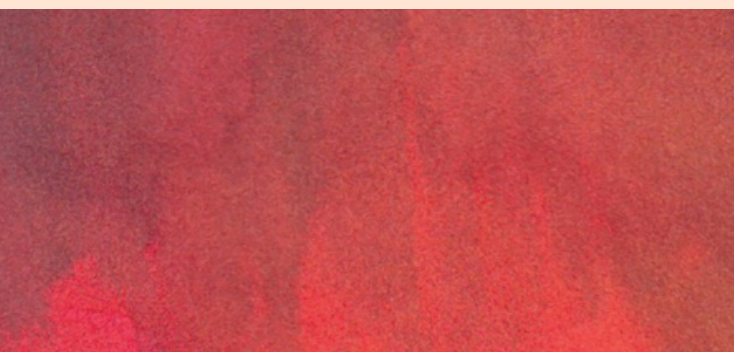
Organiseren of aanschuiven: hoe gaat dat?

Host

Organiseer jij het etentje? Top! Check vooraf de dieetwensen van je gasten, zo houd je het voor iedereen smakelijk. Zorg voor een warm welkom en een relaxte sfeer met zachte achtergrondmuziek. Komt iedereen aan bod? Praten én luisteren, de perfecte mix! Zo maak je er samen een boeiende inspirerende avond van.

Gast

Leuk dat je aanschuift! Breng als bedankje voor de gastvrijheid iets mee, zoals een bloemetje of iets lekkers. Een persoonlijk tintje, zoals een tekening of een lied maakt het extra speciaal. Sta open voor nieuwe verhalen en gerechten. En vergeet niet, actief deelnemen aan het gesprek maakt de avond compleet.



Wat komt er op tafel?

Meer dan alleen eten!

Samen eten verbindt. Het maakt ons gelukkiger, zo blijkt uit onderzoek én ervaren we bij Eet Mee. Maar wat je gaat eten? Dat is helemaal aan jou. Of je nu graag uitgebreid kookt of het liever eenvoudig houdt, bij Eet Mee is er ruimte voor ieders kookstijl. En hoe leuk is het om je eigen eetgewoontes te delen of juist nieuwe te leren kennen? Proef en beleef, maar bovenal, geniet van het samenzijn!

Op zoek naar kookinspiratie? Kijk snel op de volgende pagina!



**“Gezelligheid,
het favoriete
recept van de
meeste mensen”**

Stampopot

Makkelijk én lekker

Wie kent het niet. Een echte Hollandse klassieker waar weinig fout aan kan gaan. Je hebt traditionele recepten, zoals hutspot en boerenkool met rookworst maar ook veel nieuwe varianten, zoals met zoete aardappel, geitenkaas, prei en walnoot.

**“Meestal kun je beter koken dan je denkt.”
Julia Child, chefkok**

Lasagna

Gezellig én praktisch

Een gerecht dat er altijd heel indrukwekkend uitziet maar eigenlijk heel gemakkelijk te maken is. En ook fijn: je kunt het van tevoren klaarmaken. Tip! Een restant kun je makkelijk invriezen.

Salade

Maakt het net wat leuker

Een salade is altijd een fijne toevoeging aan de maaltijd. Het geeft je tafel kleur en het is gezond. Tip! Voeg verse kruiden toe. Zo creëer je een heel andere smaak. En maak zelf je dressing.

Couscous

Smakelijk voor iedereen

Met Couscous zet je binnen een mum van tijd een heerlijk gerecht op tafel. Met vlees, vis of alleen groenten, het kan allemaal.



5 tips voor een geslaagd etentje

1. Slim vooruitdenken

Check als gast vooraf de route of OV-tijden naar het eetadres, zodat je niet voor verrassingen komt te staan. Ben jij de kok? Bereid dan zoveel mogelijk vooraf voor. Zo kun je gezellig mee-kletsen aan tafel!

3. Leuk, een thema etentje

Bedenk een thema. Bijvoorbeeld een land, cultuur of feestdag: Italiaans, Aziatisch, Halloween, winters of tropisch. Tip! Maak allemaal een gerechtje. Verras elkaar!

5. Voorstelrondje

Bij een etentje met mensen die elkaar niet kennen, is een voorstelrondje een fijne start. Een verrassende vraag, zoals "Op hoeveel plekken heb jij gewoond?" breekt het ijs en brengt het gesprek op gang.

Wil je meer tips? Stuur ons een mailtje.

2. Een succesrecept

Maak iets dat altijd lukt: jouw specialiteit! Heb jij als gast wel doorgegeven wat je niet eet? Zo nodig kun je als koker het recept daarop aanpassen.

4. Samen bezig zijn

Maak het etentje interactief met een spel tussen de gangen door, zoals "Wie ben ik" of "Zou je liever?" En gezellig even samen afruimen is een mooie afsluiter van de maaltijd.



Wat deelnemers zeggen

Marcus, gast

“Mijn etentje was ontzettend geslaagd, met hele leuke, enthousiaste en spontane mensen. We hadden ook een leuk gesprek met elkaar. Steeds waren er weer andere onderwerpen om over te praten!”

“Samen eten is
elkaar ontmoeten”



Jeroen, gast

“De allereerste keer, als gast aan tafel via Eet Mee, was een enorm leuke en interessante ervaring. Onze fantastische gastvrouw, die allerlei heerlijkheden op tafel toverde, straalde daarbij veel gezelligheid en plezier uit. Het had wat mij betreft niet beter gekund.”

Ati, eetadres

“Ik kook graag, vind het leuk om mensen thuis te ontvangen en heb al vaker etentjes georganiseerd via Eet Mee. Meestal nodig ik een groepje mensen uit en luister ik naar andermans levensverhalen.”

Was jouw etentje ook een succes? Laat het ons weten in het evaluatieformulier! Heb je een leuke foto die we mogen delen? Stuur hem ons!

Veelgestelde vragen én onze antwoorden

Vraag

Het etentje was gezellig! Kan ik opnieuw afspreken met tafelgenoten?



Antwoord

Jazeker! Vond iedereen het gezellig, spreek aan het eind van het etentje af, wie een volgend etentje gaat organiseren, zodat het niet ‘in de lucht blijft hangen’. Wil je op een later moment met een van de tafelgenoten afspreken en heb je geen gegevens, neem dan contact met ons op.

Ik woon vrij klein, kan ik toch eetadres zijn?

Geen probleem! Ook met een klein aantal gasten kan je etentje heel succesvol zijn.

Met wat voor mensen zit ik straks aan tafel?



Dat is altijd weer een leuke verrassing! Als eetadres maak je een profiel voor je etentje en kies je daarop je gasten uit. Als gast ontdek je, zodra het etentje doorgaat, wie erbij zijn. Het is dé manier voor boeiende en verrassende ontmoetingen. Gemeenschappelijk? Alle tafelgenoten zijn hier om nieuwe contacten te leggen en te genieten van diverse verhalen en culturen!

Kan ik me ook samen met iemand anders aanmelden voor een etentje?

Dat kan! Je kunt bij elke etentje aangeven met hoeveel mensen je meedoet en iets over hen vertellen. Je kunt ook elke keer met anderen meedoen. Dat aantal moet natuurlijk wel passen binnen het aantal plekken wat een eetadres beschikbaar heeft.



Inspiratie voor een goed gesprek

Ontdek elkaars interesses

Vraag naar elkaars hobby's, favoriete gerechten, mooiste boeken of films. Wat is het favoriete lied of de mooiste wandelroute? Welke mensen vormden een inspiratiebron en wat staat er op hun bucketlijst? Allemaal onderwerpen voor een boeiend gesprek.

Vertel een anekdote

Heb je een goed verhaal, dat past binnen de sfeer van de avond en dat niet kwetsend of beledigend is voor anderen? Deel je anekdote. Niets is zo leuk als samen lachen aan tafel.

Stel vragen en vertel

Door vragen te stellen laat je de ander weten dat je geïnteresseerd luistert naar zijn of haar verhaal. Vergeet ook niet iets over jezelf te vertellen. Dat maakt de gesprekken meer persoonlijk.

Houd het positief

Probeer zware onderwerpen zoals politiek en religie te vermijden. Door over wat meer neutrale onderwerpen te praten, zorg je voor een comfortabele en harmonieuze sfeer, waarin iedereen zich prettig kan voelen.

Luister aandachtig en oordeel niet

Door goed te luisteren kun je inspelen op het verhaal van de ander en zo het gesprek naar een hoger niveau tillen.



Op je mobieltje



Geen app, wel snel op het matching platform

Tip! Door middel van een trucje kun je het Eet Mee platform als snelkoppeling op je telefoon zetten, zodat je makkelijk naar het inlogscherf kunt gaan. Let op: we kunnen je geen directe notificaties sturen, die zie je in je account of in je mail.

Op een Android telefoon:

- Open de browser (Chrome)
- Ga via de website naar de inlogpagina van de Eet Mee applicatie: app.eetmee.nl
- Tik rechtsboven op een pictogram met 3 stipjes
- Tik op 'Toevoegen aan startscherm'
- Geef de app een korte naam, bijvoorbeeld: Eet Mee Platform.

Op een Apple telefoon:

- Open de browser (Safari)
- Ga via de website naar de inlogpagina van de Eet Mee applicatie: app.eetmee.nl
- Tik onderin op het pictogram met het vierkantje waaruit boven een pijltje uitsteekt
- Scroll naar beneden en klik op 'Zet op beginscherm'
- Geef de app een korte naam, bijvoorbeeld: Eet Mee Platform.



Etentje organiseren

In 10 stappen een etentje organiseren

- 1** Log in op het **Eet Mee platform** via www.eetmee.nl/home/platform-kiezer/. Klik op '**Organiseren**' en kies de **themagroep** waarin jij het etentje wilt organiseren. Meer informatie over de themagroepen vind je op: <https://www.eetmee.nl/hoe-het-werkt/>.
- 2** Vul de **datum en tijd** in waarop je het etentje wilt organiseren. Doe je dit liever in overleg met je gasten, klik dan op de button '**Datum samen met gasten af te spreken**'.
- 3** Je kunt bij '**Deadline voor registratie**' aangeven tot wanneer gasten zich kunnen inschrijven voor je etentje.
- 4** Kies het **aantal gasten** dat je maximaal wilt ontvangen, in welke **taal** je gesprekken wilt voeren en de minimale en maximale **leeftijd** van de gasten die je wilt ontvangen.
- 5** Kies in het kopje '**Toegankelijkheid**' of je de gast(en) kunt ophalen en thuisbrengen en of je eetadres toegankelijk is voor rollator of rolstoel.
- 6** Bij '**Opties**' kun je kiezen voor een speciale vorm van je etentje:: '**bring your own food**', '**kosten delen**' of '**samen koken**'.
- 7** In het kopje '**Persoonlijk bericht**' kun je nog een speciaal welkomstbericht achterlaten voor je gasten. Ook meld je hier de hoogte van de kosten als je bij opties 'kosten delen' hebt gekozen. Als je 'Bring your own food' hebt aangeklikt kun je hier je idee toelichten.
- 8** Heb je alles goed ingevuld? Klik dan op '**Opslaan**' en vervolgens op '**Publiceren**'. Doe je dit niet dan komt het etentje niet online te staan en kunnen gasten zich niet aanmelden.

9 Als een gast zich aanmeldt krijg je een **mailtje**. In je account vind je bij **'Mijn etentjes'** een profiel van je gast en kun je deze accepteren via de groene knop **'Uitnodigen'**. Wil je iemand liever niet uitnodigen, dan kun je dat met een berichtje toelichten.

10 Na de bevestiging is de informatie van je gast(en) in je account bij **'Mijn etentjes'** uitgebreid met onder meer het adres, contactgegevens en achtergrondinformatie. Pas dan zien ze ook jouw uitgebreide gegevens. Neem zo snel mogelijk even **contact** op om het persoonlijk te maken en de details af te spreken.

Na afloop

We horen graag **hoe je het vond**. Na het etentje krijg je van ons een e-mail met een link naar ons **korte evaluatieformulier**. Met het invullen **help je ons** echt om Eet Mee nog verder te verbeteren!

Tip

Wil je **opnieuw een etentje organiseren**? Je kunt de tekst van je vorige etentje kopiëren. Ga naar **'Mijn etentjes'** en klik linksboven op **'Kopiëren'**.

Wil je een etentje annuleren?

Heb je nog **geen contactgegevens** van je gasten? Klik dan bij **'Mijn etentjes'** op de button **'Etentje annuleren'**. De deelnemers die zich al hadden aangemeld, krijgen automatisch een afmelding. Je kunt de **reden voor afmelding** in een **persoonlijk berichtje** vermelden.

Is de match al definitief en zijn de contactgegevens **zichtbaar**? Stuur hen **een berichtje** dat het etentje niet doorgaat en stuur ons ook even een mailtje. Is het **vlak voor de eetdatum**? **Bel** of stuur een WhatsApp of sms'je, zodat je annulering nog op tijd gezien wordt.

Heb je nog vragen of gaat iets mis?

Kijk bij **Vraag & Antwoord** op onze **website**, klik op de gele button **'Hulp nodig?'** in je account, **mail** via match@eetmee.nl of **bel** ons.

Meedoen als gast

In 10 stappen als gast aanmelden

- 1** Log in op het **Eet Mee platform** via www.eetmee.nl/home/platform-kiezer/. Op de **Startpagina** zie je de **etentjes** waarvoor je je kunt aanmelden.
- 2** Filter het aanbod op **themagroep** en **afstand**. Je **keuze wordt opgeslagen**, dus je ontvangt alleen mail over de etentjes die binnen jouw keuze vallen. Maak je **bij de afstand geen keuze**, dan zie je alleen etentjes binnen **25 km**.
- 3** **Selecteer de themagroep(en)** die je wilt zien. Klik op het linker veld en maak je keuze. Wil je een themagroep verwijderen uit je selectie? Klik er nogmaals op, dan verdwijnt de themagroep uit je selectie en krijg je ook geen melding meer van deze nieuwe etentjes. Voor meer informatie over de themagroepen: <https://www.eetmee.nl/hoe-het-werkt/>.
- 4** Onder de filters zie je het **aanbod aan etentjes** dat past binnen jouw keuzes. Klik op '**Toon meer informatie over dit etentje**' voor meer details.
- 5** Voor je je aanmeldt voor een etentje: kijk goed of het etentje **past bij jouw wensen** en of jij past in het **profiel van het etentje**. Let bijvoorbeeld op de plaats, de gewenste leeftijd van gasten, taal, kosten delen, ophalen/thuisbrengen.
- 6** Kom je **met meer mensen**? Vul dan het **aantal** in en ook wat **bijzonderheden** van de anderen, zoals de voornaam, leeftijd, interesses en wat ze niet eten.
- 7** Wil je graag aanschuiven? Klik dan op '**Ik wil mij aanmelden voor dit etentje**'. Zet de eetdatum in je agenda en **hou de datum vrij!** Je aanmelding staat nu in het menu van je account bij '**Mijn etentjes**' onder '**Aangemeld**'. Staat er '**Datum nog af te spreken**'? Reageer dan snel op een voorstel van het eetadres als je bent uitgenodigd.

- 8 Bovenaan het etentje staat de **uiterste registratiedatum**. Uiterlijk de dag erna krijg je een **melding** of jij kunt aanschuiven. Heb jij een **plekje aan de eettafel**? De **contact- en adresgegevens** zijn nu **toegevoegd** aan het etentje in het menu bij **'Mijn etentjes'** onder **'Aangemeld'**.
- 9 Het eetadres neemt voor het etentje **contact** met je op over bereikbaarheid en door hen aangevinkte opties zoals ophalen, samen koken en het delen van de kosten. Geef door wat je niet eet.
- 10 Als er **teveel aanmeldingen** zijn en je kunt niet komen, dan hoor je dat ook zo snel mogelijk, **uiterlijk na de uiterste aanmelddatum**.

Na afloop

We horen graag **hoe je het vond**. Na het etentje krijg je van ons een e-mail met een link naar ons **korte evaluatieformulier**. Met het invullen **help je ons echt** om Eet Mee nog verder te verbeteren!

Wil je een etentje annuleren?

Is de match nog niet definitief en heb je **nog geen adres- en contactgegevens**? Meld je dan zo snel mogelijk af, dan kan het eetadres nog iemand anders uitnodigen. Ga naar **'Mijn etentjes'** en klik onder het etentje op de button **'Etentje annuleren'**. Je kunt de **reden aangeven**.

Ben je uitgenodigd en staan de **contactgegevens** al vermeld bij **'Mijn etentjes'**? Laat het eetadres dan **rechtstreeks** weten dat je niet kunt komen en **leg even uit waarom je annuleert**. Moet je **vlak voor de eetdatum** afzeggen? **Bel dan even naar het eetadres**, zo voorkom je dat je annulering niet op tijd gezien wordt.

Heb je nog vragen of gaat iets mis?

Kijk bij **Vraag & Antwoord** op onze **website**, klik op de gele button **'Hulp nodig?'** in je account, **mail** via match@eetmee.nl of **bel** ons.

Het is tijd voor een etentje!

Zet je etentje nu online of reageer als gast.
Veel eet- en ontmoetplezier!

Hartelijke groet, team Eet Mee



Eet Mee!

